

PRZEDSZKOLE NR 12
JADŁOSPIS
13.01.2026 – 26.01.2026

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
13.01.26 wtorek	Chleb wiejski¹, chleb słonecznikowy¹ (70g) z masłem⁷ (5g), wędlina⁴(20g), warzywa, herbata/, kawa zbożowa z mlekiem⁷(200ml)	Rosół z makaronem⁹(235ml), ryż(130g), kurczak w potrawce(80g), marchew gotowana(80g), woda z cytryną,	Jabłko, ciasteczko kruche¹
14.01.26 środa	Chleb zwykły¹(70g) z masłem⁷(5g), dżem, płatki owsiane na mleku⁷(200ml), jabłko, herbata(200ml)	Kapuśniak z ziemniakami^{3,9}(235ml), makaron¹ spaghetti z mięsem mielonym w sosie pomidorowym(235g), woda z cytryną,	Ciasto czekoladowe¹ – wyrób własny, herbata miętowa
15.01.26 czwartek	Chleb wiejski¹ (70g) z masłem³(5g), chleb sojowy¹, wędlina drobiowa(20g), mix świeżych warzyw, herbata/kakao⁷(200ml)	Zupa z czerwonej soczewicy^{1,9}(235ml), kasza bulgur(130g), polędwiczki(80g), buraki gotowane(80g), woda z pomarańczą	Galaretka owocowa
16.01.26 piątek	Chleb zwykły¹ z masłem³(5g), pasta z tuńczyka⁴(200ml), ogórek kiszony, herbata(200ml)	Krem pomidorowy⁹(235ml), ziemniaki puree(130g), jajko³(80g), fasolka szparagowa(80g), woda z cytryna	Mix owoców- banan, jabłko
19.01.26 poniedziałek	Chleb zwykły¹, chleb wielozbożowy¹, (70g) z masłem³(5g), pasta mięsna-wyrób własny(20g), warzywa, herbata/kakao⁷(200ml)	Zupa ogórkowa z ziemniakami⁹(235g), pierogi leniwe^{1,7} – wyrób własny(235g), woda z pomarańczą	Mus owocowo - warzywny
20.01.26 wtorek	Chleb zwykły¹ chleb słonecznikowy¹(70g) z masłem³(5g), szynka z indyka(20g), jajko³, warzywa, kakao⁷/ herbata-200	Rosolnik⁹(235g), ryż(130g), filet ze szpinakiem (100g), woda z cytryną	Koktajl truskawkowy⁷(150g), chrupki kukurydziane
21.01.26 środa	Chleb zwykły¹(70g) z masłem⁷(5g), dżem, płatki wieloziarniste na mleku⁷(200ml), jabłko, herbata(200ml)	Zupa buraczkowa z makaronem^{9,1,3}(235g), ziemniaki(130g), nuggetsy panierowane w płatkach kukurydzianych(80g), sałata lodowa, pomidor, ogórek(80g), woda z cytryną	Jogurt naturalny z owocami⁷
22.01.26 czwartek	Chleb zwykły¹ chleb słonecznikowy¹(70g) z masłem³(5g), ser żółty , (20g), papryka, kawa zbożowa z mlekiem⁷/ herbata	Zupa jarzynowa⁹(235g), karkówka w sosie własnym(80g), kasza pęczak(130g), kapusta modra, gotowana(80g), woda z pomarańczą	Kisiel z jabłkiem
23.01.26 piątek	Chleb zwykły¹, chleb słonecznikowy¹(70g) z masłem⁷(5g), warzywa, pasta z jaj³(20g), kawa zbożowa z mlekiem⁷/ herbata(200ml)	Zupa pomidorowa za makaronem^{9,1,3}(235g), ryba⁴(80g), ziemniaki(80g), surówka z kiszonej kapusty(80g), woda z cytryną	Jabłko, wafle orkiszowe
26.01.26 poniedziałek	Chleb zwykły¹ chleb słonecznikowy¹(70g) z masłem³(5g), kielbaski śniadaniowe (20g), rzodkiewka ,kakao⁷/ herbata-200	Krupnik z ziemniakami^{1,9}(235g), makaron kolorowy w sosie pomidorowym^{1,3}(235g), woda z cytryną	Rogal z masłem¹, herbata ziołowa

Dla dzieci z dietą bezmleczną podawane są zamienniki mleka – (wytuszczony druk)
Dla dzieci z dietą bezglutenową podawane jest pieczywo i produkty, które nie zawierają glutenu (wytuszczony druk)
Na salach dostępna jest jodowana woda do picia Bonart.
Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych

Szef kuchni
Barbara Walczak

Intendent
Beata Wojciechowska

Dyrektor
Izabela Hirsza